

دليل الأسرة

في استخدام الألعاب الإلكترونية عند الأبناء

إعداد

أ. ندى عقاب ابن عبود   د. هاجر محمد القحطاني   أ. أمل هلال المطيري

شارك في المراجعة

د. أنور فايز الحمادي





فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

بن عبود ، ندى عقاب
دليل الأسرة في استخدام الألعاب الألكترونية عند الأبناء. /
ندى عقاب بن عبود ؛ هاجر محمد القحطاني ؛ أمل هلال المطيري ؛
أنور فايز الحمادي .- الرياض ، ١٤٤٢هـ

..ص ؛ ..سم

ردمك: ٤-٧-٩١٤٤٢-٦٠٣-٩٧٨

١- الألعاب الإلكترونية ٢- الاسرة أ.القحطاني ، هاجر محمد
(مؤلف مشارك) ب.المطيري ، أمل هلال (مؤلف مشارك) ج.الحمادي
، أنور فايز (مراجع) د.العنوان

ديوي ٧٩٤,٨ ١٤٤٢/٢٤٤٤

رقم الإيداع: ١٤٤٢/٢٤٤٤
ردمك: ٤-٧-٩١٤٤٢-٦٠٣-٩٧٨


بسم الله الرحمن الرحيم


VISION رؤيـــة
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

المحتويات



الألعاب الإلكترونية

المقدمة

تطورت الألعاب الإلكترونية تطوراً كبيراً جداً، وأصبحت هواية يشارك فيها شريحة كبيرة من الناس باختلاف أجناسهم وأعمارهم، وساعد على ذلك تنوع منصات الألعاب مثل الهواتف المحمولة ومواقع الشبكات الاجتماعية، فصار هناك من يقضي معظم ساعات يومه على الألعاب الإلكترونية ويمكن أن يشاركه اللعب أشخاص من أقاصي العالم، وهناك من يقضي بضع دقائق في لعب ألعاب خفيفة على الجهاز المحمول نظراً لنمو الألعاب وتنوع طبيعة المستخدمين وزيادة التفاعل الاجتماعي الذي تيسّره زيادة الاتصال بالإنترنت، فظهر كثير من القضايا الاجتماعية والنفسية السلبية المرتبطة بالألعاب الإلكترونية، ومن أهمها الآثار السلبية على أبنائنا، لذلك اهتم المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية بهذا المجال وأعدّ هذا الدليل المبسط للأسرة لمساعدتها على معرفة كيفية التعامل مع مشاكل الألعاب الإلكترونية.

تعريف الألعاب الإلكترونية:

هي نشاط له قواعد محددة، حيث يشترك اللاعبون في قضية أو نزاع مصطنع، بحيث يكون له نتائج تُقاس بشكل كمي، وتسمى اللعبة بأنها إلكترونية إذا تواجدت بهيئة رقمية، وعادة ما تُشّغَل على منصّات متنوعة كشبكة الإنترنت، والحاسوب، والتلفاز، والهواتف النقالة، والفيديو (PlayStation)، والأجهزة المحمولة بالكف.

تطور الألعاب الإلكترونية:

تنس فور تو (tennis for tow) هي لعبه فيديو رياضية " كرة مضرب" تم إنتاجها عام 1958 وتعتبر من أقدم الألعاب الإلكترونية في التاريخ، وهي من تصميم الفيزيائي الأمريكي "وليم هغنبوثام"، وكانت تسمح للاعبين تبادل اللعب، ولعبه "سبيس وور (space war) "وهي لعبه أنتجت عام 1961 على أجهزة بي دي بي.

وفي عام 1972 أسس "ثابر نولان" شركته الشهيرة (أتاري)، والذي أنتج لعبة محاكاة للعبة "بينج بونج"، بمساعدة المهندس ألكورن، وكان اسم اللعبة "بونج" والتي أصبحت أول لعبة فيديو ناجحة في العالم وأطلقت صناعة الألعاب الإلكترونية.



الأجهزة الخاصة بالألعاب الإلكترونية:



Personal Computers

الكمبيوتر الشخصي



Video game console



Arcade machines

أجهزة المحاكاة



Cellphone & other mobile devices

الهواتف والأجهزة المحمولة الأخرى

أنواع الألعاب الإلكترونية:

م	النوع	الوصف	مثال
1	action ألعاب الحركة	الألعاب التي تتطلب ردود فعل سريعة ودقيقة للفوز.	pong
2	Adventure المغامرة	هي الألعاب التي تركّز على عنصر المغامرة والاستكشاف، وغالباً ما تكون خالية من القتال.	Robins island
3	Action-Adventure مغامرات الأكشن	هذا النوع من الألعاب يدمج عناصر ألعاب الأكشن مع المغامرات والاستكشاف أو حل الألغاز.	the legend of Zelda
4	Platform المنصات	تركّز على القفز بين المنصات وتفادي السقوط، وتشمل أحياناً التسلق والتصويب، ومعظم شخصيات ألعاب المنصات كرتونية.	sonic

م	النوع	الوصف	مثال
5	Fighting القتال	عبارة عن قتال لاعب ضد لاعب، أو ضد الكمبيوتر في مكان معين ولمدة معينة.	Street Fighter
6	First-person shooter (FPS) أول شخص يطلق النار	تركّز على القتل بواسطة الأسلحة وخصوصاً المسدسات، حيث يتحكم اللاعب بشخصية واحدة بواسطة المنظور الأول، فلا يُرى منه سوى يده وسلاحه.	Call of duty
7	Role-playing تمثيل الأدوار	يتحكم اللاعب بمجموعة من المغامرين الذين يملكون مهارات قتالية أو سحرية، وتحتوي على قصة، وغالباً ما تكون أطول من الأنواع الأخرى، وتقع أحداثها في عالم كبير يحتوي على مدن ومناطق أخرى وتضاريس مختلفة، حيث يقاتل المغامرون أنواع مختلفة من الوحوش.	The Elder Scrolls
8	Massively multi-player online role-playing game لعبة تقمّص الأدوار كثيفة اللاعبين على الإنترنت	يلعب آلاف اللاعبين في نفس اللعبة في نفس العالم الافتراضي وفي نفس الوقت.	world of Warcraft



م	النوع	الوصف	مثال
9	Strategy الاستراتيجية	تركز على حذر اللاعب ومهارته وتخطيطه لكي ينتصر، في معظم الألعاب توضع الكاميرا في موقع علوي لكي يتمكن اللاعب من مشاهدة مساحة كبيرة من الساحة فيتحكم بوحدات جيشه لمهاجمة الخصم، تندرج معظم الألعاب الاستراتيجية من حيث الزمن ضمن ألعاب الوقت الحقيقي أو الأدوار المتعاقبة.	command and conquer
10	simulation المحاكاة	مصممة لمحاكاة واقع حقيقي أو وهمي مثل ألعاب الطيران أو القطارات أو السيارات.	Microsoft flight simulator
11	Casual ألعاب عارضة	تحتوي على أساليب لعب بسيطة للغاية ودرجة منخفضة جداً من الاستراتيجية وهي تستهدف اللاعبين الذين لا يبذلون جهداً ولا يقضون وقتاً طويلاً في اللعب، وغالباً ما تكون على الهواتف المحمولة	angry birds
12	Social اجتماعية	إشراك عنصر التفاعل الاجتماعي مع لاعبين بشريين آخرين	Farmville

م	النوع	الوصف	مثال
13	Rhythm الإيقاع	هذا النوع من الألعاب ذا طابع موسيقي يتحدى إحساس اللاعب بالإيقاع، يشمل هذا النوع ألعاب الرقص والألعاب القائمة على الموسيقى وتتطلب هذه الألعاب الضغط على الأزرار في أوقات محددة.	guitar hero

التصنيف العمري للألعاب الإلكترونية

ما هو التصنيف العمري في الألعاب الإلكترونية ؟

هو نظام تصنيف يوجد على غلاف اللعبة الأمامي وبعض المواد الترويجية، وذلك لتحديد الفئة العمرية المناسبة لكل لعبة.

في 15 أغسطس سنة 2016 قامت الهيئة العامة للإعلام المرئي والمسموع بإنشاء تقييم خاص للألعاب الإلكتروني بمعايير تلائم المجتمع السعودي، وكانت كالآتي:





- **مناسبة لسن (3) فما فوق :**

يُصنف المحتوى في هذه الألعاب على أنه مناسب لجميع الفئات العمرية مثل (الألعاب الرياضية)، قد تحتوي بعض الألعاب على بعض العنف ولكن في سياق كرتوني مناسب للأطفال.

- **مناسبة لعمر (7) فما فوق :**

يحتوي هذا التصنيف على بعض المشاهد أو الأصوات المخيفة، كوجود مشاهد عنف ضمنية، أو تفاعل الشخصيات مع العنف بشكل غير واقعي مثل (اختفاء الشخصيات بعد الموت).

- **مناسبة لعمر (12) فما فوق :**

قد تحتوي الألعاب في هذا التصنيف على أصوات مرعبة أو مؤثرات مرعبة كإظهار تفاصيل الإصابات.

- **مناسبة لعمر (16) فما فوق :**

قد تحتوي الألعاب في هذا التصنيف على عنف يمارس تجاه شخصيات من البشر أو تشبه البشر أو الحيوانات بشكل محاكٍ للواقع، وإظهار الأعمال الإجرامية بشكل إيجابي أو دون انعكاسات سلبية، أو تلفُّظ أي شخصية من شخصيات اللعبة بألفاظ أو شتائم غير لائقة ضمن أحداث اللعبة.

- **مناسبة لعمر (18) فما فوق :**

قد تحتوي الألعاب ضمن هذا التصنيف على مشاهد عنيفة مقززة مثل التعذيب وتقطيع أجزاء الجسم مع إظهار تفاصيل الإصابة، أو مشاهد استخدام المخدرات أو السجائر أو المشروبات الكحولية بأي شكل من الأشكال. كما قد تحتوي على مشاهد لا تناسب الصغار.

لماذا يلعب أبناؤنا الألعاب الإلكترونية؟

منذ ظهور الألعاب الالكترونية، وعلماء النفس يحاولون شرح أسباب لعب الألعاب الإلكترونية، وفيما يلي نجد أبرز الأسباب :

1. من الأسباب الرئيسية الشعور بالرضا عند تحقيق أشياء في اللعبة مثل التقدم في المستوى أو هزيمة الخصم.
2. قد يكون اللعب أسلوباً للتعامل مع الملل، أو للهرب من مشاكل تواجه الفرد في حياته الواقعية، فالألعاب توفر له الانغماس في عالم آخر من الخيال يصرفه عن الواقع.
3. الترابط الاجتماعي الذي توفره الألعاب الإلكترونية، من خلال اللعب (أون لاين) ومشاركة الآخرين اللعب.



فوائد الألعاب الإلكترونية

هل هناك فوائد للألعاب الإلكترونية؟

في الحقيقة، الجواب هو نعم، فقد فاجأت ثورة الألعاب الإلكترونية المجتمعات حول العالم، وخلال سنوات قليلة تطورت الألعاب الالكترونية تطوراً هائلاً، ومع هذا التطور أصبحنا نرى تزايداً كبيراً في عدد مستخدمي هذه الألعاب، خصوصاً من الأطفال والشباب الأمر الذي بعث الخوف وسلط الضوء على سلبيات هذه الألعاب، لكن مؤخراً ثبت وجود فوائد عديدة لهذه الألعاب، لكن علينا أن نؤكد هنا أن الألعاب الإلكترونية تُنتج بأعداد كبيرة، وفيها من التنوع والتعقيد، ما يجعل من الصعب القيام بدراسات دقيقة تثبت آثارها سواء السلبية أو الإيجابية.

وليس الهدف من ذِكر فوائد الألعاب الإلكترونية هنا، صرف النظر عن سلبياتها بل للتفكير بطريقة مختلفة، ولنكون أكثر قدرة وخبرة على اختيار الألعاب التي نعتقد أنها ستترك أثراً إيجابياً.

الفوائد المعرفية للألعاب الإلكترونية

الألعاب الإلكترونية تَزيد من الأداء المعرفي، فالأطفال الذين يلعبون الألعاب الإلكترونية، غالباً ما يكون لديهم أداء فكري مُرتفع، وكفاءة دراسية عالية، نسبةً إلى الذين لم يلعبوا بهذه الألعاب.

الألعاب الإلكترونية تَزيد من الأداء المعرفي:

تُشير بعض الدراسات إلى أن الأطفال الذين يلعبون ألعاب الفيديو غالباً، ما يكون لديهم أداء فكري مُرتفع، وكفاءة دراسية عالية، نسبةً إلى الذين لم يلعبوا بهذه الألعاب.

إن لعب الألعاب الإلكترونية يُنمي مجموعة واسعة من المهارات المعرفية، بشكل خاص ألعاب الحركة التي تتضمن إطلاق النار والتصويب .

- إن التطورات لدى المشاركين في (المهارات المكانية[1]) المستمدة من لعب الألعاب الإلكترونية "الحركة وإطلاق النار" المتاحة تجارياً، يمكن مقارنتها بآثار الدورات الرسمية التي تهدف إلى تعزيز المهارات نفسها.

من المهم التأكيد على أن تطوير الأداء المعرفي لا يتم عند لعب جميع ألعاب الفيديو، فقد ثبت أن الأكثر تأثيراً على الأداء المعرفي، هو لعب ألعاب "الحركة واطلاق النار" وليس ألعاب "الألغاز أو تمثيل الأدوار"، لأن التحسينات الإدراكية المعرفية هي نتيجة للمساحات الملاحية ثلاثية الأبعاد الغنية بصرياً، والأوامر السريعة التي تتطلب اتخاذ القرار والانتباه الحاد إلى التغيرات التي لا يمكن التنبؤ بها داخل اللعبة .

- بالإضافة إلى (المهارات المكانية)، فهي وسيلة ممتازة لتطوير (مهارات حل المشكلات)، فتلك الألعاب تتضمن ألغازاً معقدة، تحفز اللاعب على التحليل واكتشاف الحلول الممكنة،

الألعاب الإلكترونية تُستخدم كوسيلة فنية:
حيث إن الألعاب الإلكترونية تُساهم بشكل كبير في صناعة بعض الوسائط الفنية، مثل الموسيقى والأفلام.

---

[1] **المهارة المكانية:** هي القدرة على فهم وتفسير وتذكر العلاقات المكانية بين الأشياء أو الفضاء.



علاوة على ذلك، غالباً ما يقدم مصممي اللعبة تعليمات قليلة جداً حول كيفية حل المشكلات داخل اللعبة، مما يوفر للاعبين لوحة فارغة لاستكشاف مجموعة كبيرة من الحلول الممكنة استناداً على الخبرة والتوقعات .

- ومن الفوائد المعرفية للألعاب الإلكترونية (تعزيز الإبداع)، أي أن ألعاب الفيديو أياً كان نوعها تعزز القدرات الإبداعية عند الأطفال .

الفوائد التحفيزية للألعاب الإلكترونية:

الألعاب الإلكترونية تَشحذ التفكير الاستراتيجي والمهارات المنطقية:
حيث تتطلب هذه الألعاب وضع استراتيجيات للتمكُن من التقدم إلى المستويات التالية، وإنهاء اللعبة والفوز بها .

يطوِّر الأطفال معتقداتهم حول ذكائهم وقدراتهم، وهي معتقدات تكمن وراء أنماط تحفيزية محددة، وتؤثر بشكل مباشر على الإنجاز. فالأطفال اللذين يتم الإشادة بسماتهم بدلاً من جهودهم (على سبيل المثال: "أنت ناجح، أنت مثل هذا الفتى الذكي") يتأكد لديهم أن الذكاء ثابت وسمة فطرية ولا يمكن تحسينه، في المقابل، فإن الأطفال الذين يتم الإشادة بجهدهم (على سبيل المثال : "لقد عملت بجد على هذا اللغز!") يتطور لديهم مفهوم أن الذكاء مرن ويمكن تنميته بالجهد والوقت.

الألعاب الإلكترونية هي أرض تدريب مثالية لتطوير واكتساب هذا المفهوم للذكاء، لأنها توفر للاعبين ملاحظات فعلية وملموسة بشأن الجهود المحددة التي يبذلونها، تعمل التغذية المرتدة الفورية والملموسة في الألعاب الإلكترونية (على سبيل المثال: النقاط، والعملات المعدنية،

والنهايات المسدودة في الألغاز) على مكافأة الجهد المستمر من التحدي والإحباط، والتجارب الكافية للنجاح والإنجاز.

إذا اعتقد الفرد أن الذكاء أو القدرة ثابتة، فإن الفشل يؤدي إلى الشعور بعدم القيمة، ولكن إذا افترض أن الذكاء أو القدرة علامة على المشاركة الفعّالة، فإن الفشل يشير إلى الحاجة في الاستمرار في المشاركة وتعزيز جهود الفرد، هذا الموقف الإيجابي تجاه الفشل ينعكس على الأداء الأكاديمي للفرد إيجاباً، والجدير بالذكر أن الألعاب الإلكترونية تستخدم الفشل كأدوات تحفيزية، فهي توفر فرصاً متقطعة فقط للنجاح على نطاق واسع كما وثق علماء السلوك لعدة عقود، كما أن أنواع جداول التعزيز المتقطعة التي يتم إدراجها في الألعاب الإلكترونية هي الأكثر فاعلية في "تدريب" السلوكيات الجديدة، كما أن الانغماس في بيئات الألعاب هذه، يعلّم اللاعبين درساً أساسياً وهو أن الثبات في وجه الفشل يحصد مكافآت قيّمة.

الفوائد العاطفية للألعاب الإلكترونية:

الألعاب من أكثر الوسائل كفاءة وفعالية في توليد المشاعر الإيجابية لدى الأطفال والشباب، فنجد أن هناك علاقة بين لعب الألعاب الإلكترونية المفضلة وتحسين المزاج أو زيادة المشاعر الإيجابية، على سبيل المثال: إن ممارسة الألعاب الإلكترونية ذات الواجهات البسيطة وذات النهايات السهلة كالألعاب التي يتم تحميلها غالباً على الهاتف المحمول (مثل Angry Birds و Bejeweled II) يمكنها تحسين مزاج اللاعبين وتشجع على الاسترخاء وتجنب القلق.



الفوائد الاجتماعية للألعاب الإلكترونية:

أصبحت معظم الألعاب المتصلة بالإنترنت تتضمن مجتمعاً كبيراً من اللاعبين حـــول العـــــالم، والذين يتشاركون اللعب، على سبيل المثال: لعبة World of Warcraft وهي لعبة خيالية متعددة اللاعبين تقع في عالم افتراضي تضم 12 مليون لاعب منتظم، ولعبة Farmville التي استضافت أكثر من 5 ملايين مستخدم في عام 2012م، في هذه المجتمعات مـــن الشبكات الاجتماعية الافتراضية يجب اتخاذ القرارات على الفور، حول من تثق به ومن ترفضه وكيف يمكنك قيادة مجموعة أكثر فعالية.

الألعاب الإلكترونية تساعد الأشخاص المُهمشين في المجتمع:
يَتمكن الأشخـــــــاص المُهمشين اجتماعياً من التواصل مع الناس من خلال العالم الافتراضي، ويتم تَقبُلهم تدريجياً من خِلال الألعاب مُتعددة اللاعبين، إذ يتمكن من التواصل مع أشخاص جدد وتكوين الصداقات.

بالنظر إلى هذه السياقات الاجتماعية يتعلم اللاعبون بسرعة المهارات الاجتماعية والسلوك الاجتماعي، الذي قد يُعمم على علاقات الأقران والأسرة خارج بيئة الألعاب، ويكتسب اللاعبون مهارات اجتماعية مهمة عندما يلعبون ألعاباً مصممة خصيصاً للتعاون الفعال والدعم .

تتجلى المهارات الاجتماعية أيضاً في أشكال المشاركة المدنية: كالقدرة على تنظيم المجموعات في الألعاب (مثل، Guild Wars 2، أوMMORPG ، أو لعب الأدوار الضخمة متعددة اللاعبين عبر الإنترنت والتي تجعل اللاعبين أكثر ميلاً للانخراط في الحركات الاجتماعية والمدنية في حياتهم اليومية (على سبيل المثال: جمع الأموال للأعمال الخيرية والعمل التطوعي وإقناع الآخرين بالتصويت).

أضرار الألعاب الإلكترونية

مقدمة

على الرغم من الفوائد التي قد تتضمنها بعض الألعاب الإلكترونية إلا أن سلبياتها تفوق إيجابياتها غالباً، لأن بعض الألعاب المستخدمة من قبل الأطفال والمراهقين ذات مضامين سلبية تؤثر عليهم في جميع مراحل النمو لديهم.

1. الأضرار الصحية والذهنية:

هناك العديد من التأثيرات السلبية على الصحة بسبب الألعاب الإلكترونية المختلفة، بما في ذلك نوبات الصرع، والقصور العصبي، والعدوان أو العنف الجسدي، والأداء الدراسي الضعيف.

وللألعاب الإلكترونية تأثير سلبي أيضاً على التركيز العميق، وقد يكون من الصعب صرف انتباه الطفل عن اللعبة كلما طالت مدة اللعب، بما يتسبب في القصور العصبي .

ونلاحظ أن حركة العينين تكون سريعة جداً أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية، مما يزيد من إجهادها، كما أن مجالات الأشعة الكهرومغناطيسية المنبعثة من الشاشات تؤدي إلى احمرار العين وجفافها، وكذلك الزغللة، وكلها أعراض تعطي الإحساس بالصداع والشعور بالإجهاد البدني وأحياناً القلق والاكتئاب، والخمول والكسل وانحناء الكتفين، وتوفر بيئة مثالية لزيادة الوزن والسمنة.



وتسهم الألعاب الإلكترونية في تدمير قدرات العقل، بما فيها من منافسة وسرعة ومطاردة مثل سباق السيارات وألعاب الحرب والقتال، حيث أن لها تأثير على ثلاث قدرات أساسية للاستيعاب لدى الطفل، وهي : قدرة الانتباه، والتركيز، وقدرة التذكر.

فعندما يلعب الطفل بمعدل عشرين دقيقة يومياً، ستتعامل الألعاب الإلكترونية مع ذبذبات المخ، حيث أن للمخ ذبذبات ما بين 14و 28 ذبذبة في الثانية، لكن عندما تصل ذبذبات المخ إلى 28 ذبذبة في الثانية يكون المخ في أعلى قدراته، وعندما يعمل العقل عند هذه السرعة لفترة تتراوح من 5 إلى 20 دقيقة، يبدأ بالوهن لتعرضه للإرهاق، و ينطبق هنا ما ينطبق على سرعات الجري، حيث أن المسافات القصيرة تحتاج إلى سرعة عالية، على عكس المسافات الطويلة، ولكن ما يحدث للمخ أنه يعمل بسرعة عالية لمدة طويلة، وهذا يسهم في كسل المخ ما يزيد عدم الاستيعاب لاحقاً.

2. الأضرار النفسية والسلوكية:

يتأثر الطفل سلباً بما يشاهده من الألعاب الإلكترونية، فهي تعمل على توليد نزعة الجُبن لدى الأطفال، كما تولّد العنف والتقليد والكسل والخمول، كما تقودهم إلى اكتساب سلوكيات وحالات مرضية نتيجة للالتصاق الشديد بهذه الألعاب الخطرة، بالإضافة إلى تأسيس نزعة الشر والعدوانية والجريمة في نفوس هؤلاء الأطفال بسبب المشاهد المتنوعة والمثيرة، ويتفاوت هذا التأثير بين الأطفال حسب واقعهم وظروفهم الاجتماعية.

إن نسبة كبيرة من الألعاب الإلكترونية تعتمد على التسلية والاستمتاع بقتل الأخرين وتدمير أملاكهم والاعتداء عليهم، وتعلّم الأطفال والمراهقين أساليب ارتكاب الجريمة وفنونها وحيلها وتنمي في عقولهم قدرات ومهارات العنف والعدوان، كما تصنع الألعاب الإلكترونية طفلاً عنيفاً وذلك لما تحويه من مشاهد عنف يرتبط بها الطفل، كما سيغلب العنف على أسلوبه في مواجهة المشاكل التي تصادفه، كما تُختزن مشاهد العنف في العقل الباطن وتخرج حينما تتيح لها الظروف الخارجية من خلال مثيرٍ يشجع العنف المُختزن.

3. الأضرار الدينية والثقافية:

إن محتويات ومضامين بعض الألعاب الإلكترونية، بما تحمله من سلبيات وطقوس دينية معادية ومسيئة للديانات، قد تؤثر سلباً على اللاعب أو المشاهد، كما أن تعلق الأطفال والمراهقين بالألعاب الإلكترونية قد يلهيهم عن أداء بعض العبادات الشرعية، وبالذات أداء الصلوات، كما أنها قد تلهيهم عن طاعة الوالدين والاستجابة لهم وتلبية طلباتهم، بالإضافة إلى إلهائهم عن صلة الأرحام وزيارة الأقارب .

وتتجسد الأضرار الثقافية في تعليم الأطفال الثقافات الغريبة الدخيلة على ثقافتنا العربية المسلمة، والعادات السيئة كأنواع السب والشتم ولعب القمار، بالإضافة إلى تجسيد الثقافات الجنسية كالألعاب التي تحتوي على صور خليعة وعلى حركات ومشاهد وصور غير أخلاقية، تتنافى مع مبادئنا واخلاقنا الإسلامية مما يجعل رؤية الصور الخليعة الفاسدة أمراً عادياً بالنسبة لهذا الطفل أو المراهق،



لأنه اعتاد مشاهدتها ورؤيتها في الكثير من الألعاب الالكترونية التي ألِف اللعب بها.

4. **الأضرار الاجتماعية والدراسية:**

تتمثل بزيادة مساحة انفصال الطفل عن الواقع، وخطورة استخدام شخصيات إلكترونية خيالية، فهذه الشخصيات تنمي خيال الطفل لكن في الوقت ذاته تنمي مساحة الانفصال عن الواقع، وكي يندمج بالواقع فإنه يتعامل بمنطق هذه الشخصيات الخيالية، وهو ما يفجر طاقات العنف والتوتر، والتحدي، والخصومة الدائمة مع المجتمع المحيط به، كما تعَدُّ وسيلة للهروب من التواصل والجلسات العائلية.

إن ممارسة الألعاب الإلكترونية يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي، ويؤدي إلى إهمال الواجبات المدرسية والهروب من المدرسة أثناء الدوام المدرسي، ويؤدي إلى اضطرابات في التعلم، كما أن الطفل الصغير عندما يتعلق بهذه الألعاب فإن ذلك يؤثر سلباً على دراسته ومجال تفكيره، كما أن سهر الأطفال والمراهقين طوال الليل وهم يلعبون يؤثر بشكل مباشر على نشاطهم في اليوم التالي .

5. **الأضرار المادية الاقتصادية:**

يتمثل ذلك في إهدار وتبذير الأموال لشراء تلك الأجهزة الإلكترونية والرقمية الحديثة الخاصة باللعب الباهظة الثمن، فالأطفال وبفعل التحريض من أصدقائهم والتنافس فيما بينهم، يدفعون أوليائهم ويجبرونهم على شراء آخر إصدارات هذه الألعاب الالكترونية

الرقمية، ثم إهدار المدخول المادي في صيانة وتصليح هذه الأجهزة، لأنها كثيراً ما تتعرض للتلف بسبب سوء الاستخدام وكثرته.

كيف لي أن أتفادى أضرار الألعاب الإلكترونية على أطفالي؟

لا تحرم أطفالك من اللعب بالألعاب الإلكترونية، ولا تعتمد كثيراً على الألعاب التي تحدد العمر المناسب لها، لأن من يضع السن المناسب ليس سوى مجرد فريق فني صغير، يقيّم اللعبة ومدى مناسبتها للعمر بشكل عام وقد يغفل عن أمور كثيرة مهمة، مما قد يسبب الخطأ.

اعمل على تدريب أطفالك على مواجهة الأشياء الضارة التي قد تواجههم، وهذه بعض الاقتراحات التي قد تساعدك:

1. **تحدث معهم**، تأكد أن أطفالك يعرفون بالضبط ما هي المعايير المطبقة في عائلتك، تحدث عن الأمور السيئة التي يمكن أن تحتويها الألعاب. ناقشهم واسألهم عن الأمور السيئة التي يمكن أن تواجههم أثناء اللعب، وضَعْ حدوداً زمنية للعب، وقواعد معينة مثل منع المبالغة أثناء التفاعل مع اللعب كرفع الصوت والصراخ.

* إن الأطفال الذين يلعبون لمدة ساعة أو أقل يومياً أكثر اجتماعية ورِضىً عن الحياة، من الأطفال الذين لا يلعبون الألعاب الإلكترونية على الإطلاق.

2. **فهْم نظام تصنيفات الألعاب**، تُصنف الألعاب الإلكترونية في السعودية على أساس العمر، عليك معرفة محتوى كل عُمر، واستخدم تلك التصنيفات كبداية للموافقة على اللعبة وليس الموافقة النهائية.



3. **اجعل اللعب جماعياً**، اشترِ ألعاباً متعددة اللاعبين، واجعل الكثير من وحدات التحكم في متناول الأيدي.

* تجنب السماح باللعب في غرفة النوم فذلك بمثابة السماح للغرباء والمجرمين بدخول بيتك.

4. **اللعب معاً**، "المعرفة قوة" كلما زادت معرفتك بأسماء ومحتوى الألعاب التي يلعبها ابنك، كلما كان من السهل التعامل مع الأمر.

*هناك الكثير من الألعاب التي يمكن للوالدين والأطفال الاستمتاع بها معاً.

تُعد مشاركة اللعب مع ابنائك أفضل طريقة لفهم الألعاب التي يلعبونها، وإليك بعض الأسئلة التي يجب أن تعرف أنت وابنائك إجابتها، حتى تتأكد أن الألعاب الإلكترونية في منزلك تحت السيطرة:

- ما هي أنواع ألعاب أبنائك المفضلة، ولماذا؟
- ما هي الألعاب الموجودة على قائمة رغبات أبنائك؟
- ما هي الألعاب التي يريد أن يلعبها أبنائك والتي تتطلب إذنًا مسبقاً، وأيّها غير مسموحة أبداً؟ لا تنسَ أن تقدم لهم الأسباب بوضوح!
- هل تتضمن أي من الألعاب التي يلعبها أبنائك ميزات تعدد اللاعبين عبر الإنترنت؟ لو كانت كذلك:
  - o هل يحتاجون إلى إذنٍ قبل اللعب ؟
  - o هل هناك قواعد تتعلق بمن يمكن لأبنائك اللعب معهم ؟
  - o هل سبق أن شاهد أبنائك أو سمعوا سلوكاً غير لائق من لاعبين آخرين؟

- هل يعرف أبنائك ماذا يفعلون ومن يجب الاتصال به، إذا تعرضوا للتخويف أو المضايقة عبر الإنترنت؟ إذا كانت الاجابة "لا" علّمهم كيف يقومون بالتصرف الصحيح.
- هل يعرف أبنائك أنه يمنع قطعاً إعطاء معلومات شخصية عبر الإنترنت؟

• هل قمت بتعيين ضوابط الوالدين على نظام الألعاب الإلكترونية الخاص بأسرتك، لوكنت قد وضعت الضوابط:

- ما هو أعلى تصنيف سمحت به لأبنائك؟
- هل وضعت قيوداً على عمليات الشراء داخل اللعبة، أو الوقت الذي يقضيه ابنك في اللعب، وقيود الوصول إلى الإنترنت، أو مع من يمُكن لأطفالك اللعب عبر الإنترنت؟

• هل تفهم أنت وأطفالك المعلومات الشخصية - إن وجدت - التي سيتم جمعها في اللعبة، ولماذا يتم جمعها، ومع من يتم مشاركتها؟ إذا لم يكن كذلك، تحقق من سياسة خصوصية اللعبة.

• هل هناك قواعد منزلية أخرى تتعلق بالألعاب المسموح بها؟ ومتى؟ وكيف يمكن لعبها؟ (مثل عدد الساعات كل يوم ،أو بعد أداء الواجبات المنزلية فقط) .



إدمان الألعاب الإلكترونية

مقدمة

أصبحت صناعة الألعاب الإلكترونية أكبر حجماً من صناعة السينما، وأكبر من شبكة التلفاز والاتصالات، وليس من المستغرب أن تشكل هذه الألعاب تحدياً خطيراً، أو أن تشعر الجهات التي قامت بتصميمها بالنجاح لأنها (تجعل المرء يدمن) على مبتكراتها وتفتخر بانشغال الجمهور بها والاستثمارات التي تحققها.

إدمان الألعاب الإلكترونية:

يشير هذا المفهوم إلى الاستخدام المفرط أو القهري لألعاب الكمبيوتر أو ألعاب الفيديو، والتي تتداخل مع الحياة اليومية للشخص. يتجلى إدمان الألعاب الإلكترونية في الإحساس بنوع من الإجبار على اللعب، والعزلة الاجتماعية، وتقلب المزاج، وتقلص الخيال، والتركيز المفرط على النجاح في اللعبة، وصولاً إلى الاستغناء عن الأنشطة الأخرى في الحياة.

إدمان الألعاب الإلكترونية آلية للتعامل مع الاحتياجات المفقودة أو غير المحققة، ولا يمكن تشخيص إدمان الألعاب ببساطة عن طريق اللعب المفرط، ولكن عن طريق العلاقة بين لعب الألعاب الإلكترونية وحجم ونوع السلبيات في حياة اللاعب الواقعية.

إدمان الألعاب الإلكترونية المتصلة بالإنترنت:

على الرغم من أن الألعاب الإلكترونية موجودة منذ عقود، إلا أن إدمان الألعاب الإلكترونية أصبح أكثر انتشاراً مؤخراً، لأن الانترنت أصبح متوفراً ومتاحاً بكل وقت، وتزامن ذلك مع إدخال وظائف متعددة للاعبين

عبر الإنترنت، وعلى الرغم من أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية أياً كان نوعها يرتبط بالإدمان؛ إلا أن الألعاب المتصلة بالإنترنت التي توفر الاتصال بلاعبين آخرين والمراسلات الفورية وغيرها من المزايا، هي الأكثر تسبباً بالإدمان.

أعراض إدمان الألعاب الإلكترونية:

1. غياب الرغبة في التواصل مع الآخرين، واللعب مع الأطفال، ورفض الخروج من المنزل.
2. التوتر المستمر في حال عدم وجود الأجهزة الإلكترونية التي اعتاد اللعب بها.
3. فقدان التركيز وعدم القدرة على الكتابة والدراسة بشكل صحيح.
4. فقدان الاهتمام بالأنشطة الأخرى وعدم الرغبة في فعل أي شيء آخر.
5. تدني المستوى الدراسي.
6. تعلق الطفل بالأجهزة الإلكترونية بغرض اللعب.



العنف في الألعاب الإلكترونية

تعريف العنف الإلكتروني:

العنف الإلكتروني هو كل فعل ضارٍ بالآخرين عبر استخدام الوسائل الإلكترونية مثل الحاسوب والهاتف النقال وشبكات الاتصال الهاتفية، شبكات نقل المعلومات، شبكة الانترنت (مواقع التواصل الاجتماعي) متمثلاً بألفاظ القذف والسب والشتم بين الأفراد وكذلك الترويج والتحقير من الفرد، ويعد العنف الإلكتروني من أخطر أنواع العنف إذ أنه يمسّ الحياة الاجتماعية والنفسية للأفراد؛ مما قد يدفعهم لارتكاب جرائم تهدد الاستقرار الأمني والاجتماعي بداية بالأسرة وانتهاء بالمجتمع.

أسباب العنف في الألعاب الإلكترونية:

1. يقلّد الأطفال أبطالهم المفضلين في الألعاب الإلكترونية، وهذا يجعلهم يتقمصون تلك الشخصيات ويتبعون مبادئ وقيم البطل الذي يفضلونه، وهذا يؤثر في تكوين شخصياتهم واعتمادهم على أنفسهم وثقتهم بها.
2. نشر ثقافة منتجيها والترويج للعنف وفساد الأخلاق.
3. اهتمام الأطفال الذكور بممارسة الألعاب الإلكترونية، وحبهم للمغامرة والمتعة التي توفرها هذه الألعاب، وهم أكثر من يملك أجهزة الألعاب الإلكترونية.
4. تطور التكنولوجيا والاتصال، والتي أضحت الممول الرئيسي لثقافة العنف، مما يجعل الطفل يتعامل مع العنف على أنه حدث عادي، ولا مانع من استعماله ضد الآخرين.

5. يُعرَضُ العنف الافتراضي دون أن ينال مرتكبوه أي عقاب؛ وهذا يعزز فكرة أن العنف غير مؤذ.
6. النمط المشحون بالعنف، والذي يمارسه الطفل دون هوادة، منبهراً بصورة البطل الذي لا يقهر.
7. الإدمان على العنف الافتراضي، والانغماس فيه، يجعل اللاعب يخلط بين العالم الافتراضي والعالم الحقيقي.
8. جَهلُ المحيط الأسري بآثار الألعاب الإلكترونية، وتأثير الإدمان على لعبها، يدفعهم لترك أبناءهم دون رقابة أو متابعة أو مشاركة أو توجيه .

الألعاب الإلكترونية العنيفة وعلاقتها بالسلوك العدواني:

- الألعاب العنيفة أدت إلى تفشي الجريمة في المدارس وبين الأطفال، سواء من خلال القتل، أو الاعتداءات، لما يشاهده الطفل من مشاهد العنف اليومية النموذجية بالنسبة إليه، والتي أكّدت للطفل أن العنف والجريمة أمر عادي ولابد منه.
- مشاهد العنف في مختلف الألعاب الإلكترونية (تطاير الدماء، أصوات المسدسات والرشاشات، جثث الضحايا) تؤدي إلى تنمية السلوك العدواني للطفل.
- من أكثر الآثار السلبية في هذه الألعاب هو فكرة " الموقف المتحيز من بعض الشعوب أو الأعراق" وهي فكرة خطيرة على المستقبل النفسي والتربوي والأخلاقي للطفل.



أنواع السلوك العدواني المكتسبة من الألعـــاب الإلكترونيـــة لدى الأطفال:

- **العدوان اللفظي**: يظهر بصورة القول والكلام المتمثل في السب والشتم ووصف الآخرين بصفاتٍ سيئة.
- **عدوان تعبيري أو بالإشارة**: يستخدم بعض الأطفال الإشارات؛ مثل إخراج اللسان أو قبضة اليد أو رفع السبابة.
- **العدوان الجسدي العنيف**: يتمثل في استخدام الطفل جسده في إيذاء الآخرين.
- **عدوان المنافسة**: غالباً ما يكون السلوك العدواني، حالة عابرة في سلوك الطفل نتيجة المنافسة أثناء اللعب.
- **العدوان الجماعي**: يوجهه مجموعة من الأطفال نحو طفل أو أكثر.
- **العدوان نحو الذات**: العدوانية عند الأطفال المضطربين سلوكياً قد يوجه نحو الذات، ويهدف إلى إيذاء النفس مثل تمزيق الطفل لملابسه أو كتبه أو لطم الوجه أو ضرب الرأس.

الألعاب الإلكترونية العنيفة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي:

تربط الألعاب الإلكترونية الطفل بالعالم الافتراضي الخيالي، وذلك بموجب الخصائص والتقنيات المتوفرة فيها، فتجعله ينشأ على معطياتٍ مأخوذة من الألعاب الإلكترونية بدلاً من معطياتٍ مأخوذة من الحياة الاجتماعية واقعية، مما يوّلد لديه ما يسمى بالعزلة الاجتماعية، لكثرة تعلقه بالعالم افتراضي وقلة تفاعله مع العالم الواقعي والخارجي، وبهذا فإنه لا يستطيع تعيين حدوده في الواقع؛ أي لا يفرّق بين ما هو له وما هو لغيره، وهذا بسبب افتراضية الألعاب الإلكترونية التي يُسمح فيها بكل

شيء، سواء كان إيجابياً أم سلبياً، وتكون نتيجة هذه الممارسة تحوله إلى طفلٍ أناني في سلوكه وطبعه، يميل كل الميل للعزلة الاجتماعية وعدم التواصل مع أفراد العالم الحقيقي، وبذلك يزيد خجله وانطوائه ويفقده علاقاته الاجتماعية.

نماذج من الألعاب الإلكترونية التي تسبّب العنف:

1. **لعبة "مومو"**، التي تشجع الأطفال على الانتحار أو تهددهم بالقتل إن أخبروا أحداً، وقد أثارت هذه اللعبة حالةً من الهلع لدى الكثيرين في بلدان عدة.
2. **لعبة الحوت الأزرق**«Blue Whale»: تعد من أخطر الألعاب الإلكترونية الحالية في العالم، ورغم ما رافق ظهورها منذ 2015 من جدل واسع إلا أنّها مازالت متاحة للجميع ولم تُحظر إلى الآن، ومنذ ظهورها تسبّبت هذه اللعبة في انتحار ما يفوق 100 شخص عبر العالم أغلبهم من الأطفال. تعمل اللعبة المميتة لدفع من يلعبها لتنفيذ 50 تحدياً منفصلاً على مدار 50 يوماً، ويشتبه في كونها أصل عدد من حوادث الانتحار ولا سيما بين المراهقين.
3. **لعبة مريم**: انتشرت في دول الخليج خاصة، وسببّت الرعب للعائلات، إذ أنها في مرحلة من المراحل تحرض الأطفال والمراهقين على الانتحار، وإذا لم يتم الاستجابة لها تهددهم بإيذاء أهلهم، وأبرز ما يميّز هذه اللعبة هو الغموض والإثارة، والمؤثرات الصوتية والمرئية، التي تسيطر على طبيعة اللعبة.
4. **لعبة البوكيمون جو** :«Pokémon GO» ظهرت في 2016، واستحوذت على عقول الملايين عبر العالم، وعلى الرغم من التسلية



التي تحققها اللعبة لمستخدميها، إلا أنها تسببت في العديد من الحوادث القاتلة، بسبب انشغال اللاعبين بمطاردة والتقاط شخصيات البوكيمون المختلفة، خلال سيرهم في الشوارع.

5. **لعبة** Fortnight Battle Royal تتمحور فكرتها حول إطلاق النار على لاعبين آخرين يحاولون قتلك، يصل عددهم إلى 99 لاعباً، مما أظهر مطالبات بحظر اللعبة بسبب محتواها العنيف، كم أنها تعد من أكبر الألعاب، وتتوفر على كل المنصات مما حوّلها إلى ظاهرة ثقافية عصفت بالعالم، وشكلت نقلة هائلة في مجال الألعاب .

استمالة الأطفال عبر الألعاب الإلكترونية

إنه لأمر مخيف عند التفكير فيه، لكن كُلما تعلّم الوالدان والمربون عن هذا الموضوع أكثر، كلما كانوا أكثر استطاعةً على حماية ابنائهم.

قد تحدث استمالة الأطفال في العالم الواقعي، وقد تحدث في العالم الافتراضي عبر الانترنت، ومن أكثر البيئات الافتراضية التي يمكن أن يتعرض فيها الطفل للاستدراج، هي الألعاب الإلكترونية التي توفر ميزات المحادثات الفورية وانشاء المجموعات .

استمالة الأطفال:

هي عملية استدراج ومصاحبة شخص بالغ لطفل بقصد استغلاله جنسياً وإقامة علاقة غير مشروعة معه، وقد يكون ذلك لأغراض تتعلق بالاتجار بالأطفال، أو بقصد إنتاج مواد إباحية، وفي جميع الأحوال يعتبر ذلك جريمة جنائية وصورة من صور الإساءة للأطفال .

كيف يمكن كشف استمالة الطفل:

- يُطلب منه صور.
- يُطلب منه مقاطع فيديو.
- يُطلب منه المقابلة وجهاً لوجه.
- تقديم الدعم أو الهدايا .
- جعل الطفل يشعر بالخصوصية.
- يُطلب من الطفل دعمه.
- يُطلب من الطفل رقم هاتفه.
- يُسأل عن مكان إقامته.

- يُسأل الطفل إذا كان لوحده.
- العثور على أشياء مشتركة مع الطفل.
- تهديد الطفل أو التلاعب به لفعل أشياء معينة.

ماهي العلامات التي تدل على أن الطفل قد يكون في خطر؟

فيما يلي بعض الأشياء التي يجب متابعتها :

1. هدايا غير مفسرة أو أرصدة لعبة أو أموال.
2. التكتم والسرية حول من يتحدث إليه عبر اللعبة.
3. موقف دفاعي عندما يُسأل الابن عن الأنشطة أو سلوكه خلال اللعب.
4. تغيرات ملحوظة في المعرفة الجنسية أو اللغة أو السلوكيات لدى الطفل.

ما الذي يمكن عمله إذا كنت قلقاً من تعرض ابنك للخطر؟

إذا كنت قلقاً من تعرض ابنك للخطر ، فإليك ما يمكنك القيام به:

- تحدث مع ابنك عن مخاوفك.
- أخبره أنك هنا للمساعدة وتريد أن يكون بأمان.
- أكّد على أنه ليس مخطئاً إذا كان في ورطة.
- الإبلاغ عن السلوك المشبوه للشرطة ، أو عن طريق تطبيق "كلنا أمن."
- ساعده في التحقق من إعدادات الخصوصية الخاصة به.
- ساعده في حظر أو إلغاء الأشخاص المريبين.

- علّمه عدم مشاركة كلمات المرور أو الحسابات الشخصية مع اللاعبين.
- أخبره أن عليه أخذ الإذن قبل قبول مقابلة شخص تعرّف عليه اثناء اللعب والمحادثات الفورية.
- تعلّم أكثر عن الرقابة الأبوية على الأجهزة، والتطبيقات المساعدة.
- أين اذهب عند حاجتي للمساعدة:
  - تطبيق قريبون
  - مركز الاتصال 920033360
  - دليلك للخدمات النفسية



المراجع:

1) المراجع العربية:

- ابراهيم، نداء سليم. (2016). إيجابيات الألعاب الالكترونية التي يمارسها أطفال الفئة العمرية(3-6) سنوات وسلبياتها من وجهة نظر الأمهات ومعلمات رياض الأطفال، رسالة ماجستير من جامعة الشرق الأوسط.

- ابن الهدلق، عبدالله. (2013). إيجابيات وسلبيات الألعاب الالكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام بمدينة الرياض، مجلة القراءة والمعرفة، ع138.

- برتيمة، سميحة.(2016). الألعاب الالكترونية والعنف المدرسي، رسالة ماجستير من جامعة محمد خيضر بسكرة.

- حسن، أماني عبد التواب. (2017). تأثير ممارسة الالعاب الالكترونية على الذكاء اللغوي والاجتماعي لدى الأطفال "دراسة وصفية تحليلية على اطفال مرحلة الطفولة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية"، مجلة العلوم التربوية والنفسية (الجامعة الإسلامية في غزة)، مجلد 25 عدد 3.

- سعاد، هناء، ومرزوق، نوال.(2016). الألعاب الالكترونية العنيفة وعلاقتها بانتشار ظاهرة العنف المدرسي، الجزائر: مجلة جامعة الجيلالي، ج1.

- قويدر، مريم. (2012). أثر الألعاب الالكترونية على السلوكيات لدى الأطفال، دراسة وصفية تحليلية على عينة من الأطفال المتمدرسين بالجزائر العاصمة، رسالة ماجستير من جامعة الجزائر.
- المغذي، عادل. (2018).معايير توظيف الألعاب الإلكترونية في تنمية بعض القيم لدى أطفال المرحلة الابتدائية من وجهة نظر المعلمين والمعلمات في ضوء بعض المتغيرات، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، مجلد 37، عدد 177.
- نايف، وسام. (2015). تأثير الالعاب الالكترونية على الأطفال، دراسة وصفية تحليلية للأطفال للفئات العمرية من 7-15 سنة، مركز النماء لحقوق الأطفال.

2) المراجع الإنجليزية:

- Brian, G., South well, Kenneth, o., & Doyle. (2004, December 1). The Good, the Bad, or the Ugly? A Multilevel Perspective on Electronic Game Effects. American Behavioral Scientist. vol. 48, 4.
- power, A. (2018). Cyberpsychology and Society. New York: Routledge.
- Gracin, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). The benefits of playing video games. American Psychologist, 69(1), 66–78.



3) المواقع الالكترونية:

- موقع خط مساعدة الأطفال الاستراليين

https://kidshelpline.com.au/

- موقع المؤسسة الخيرية الرائدة في المملكة المتحدة

https://www.nspcc.org.uk/

- موقع الهيئة العامة للإعلام المرئي والمسموع

http://www.gcam.gov.sa/

- موقع منظمة الصحة العالمية

(https://www.who.int/ar) 7 حزيران/يونيو 2019.

هاتف: 8800865 (011)

مركز الاتصال: 920033360

البريد الإلكتروني: info@ncmh.org.sa

الموقع الإلكتروني: www.ncmh.org.sa

فاكس: 8800864 (011)

صندوق البريد: 95459 الرياض 11525

رقم الإيداع: ١٤٤٢/٢٤٤٤

ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٩١٤٤٢-٧-٤

